12.061 Švédske pagáčiky s jogurtovou omáčkou
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko	3,50	3,50	4,50	4,50	5,50	5,50	6,00	6,00
hovädzie zadné	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	2,00	2,00
soľ	0,10	0,10	0,13	0,13	0,15	0,15	0,20	0,20
vajcia	10	0,50	13	0,65	17	0,85	22	1,10
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
mlieko	1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50	1,50	1,50
smotana kyslá	0,60	0,60	0,80	0,80	1,10	1,10	1,50	1,50
strúhanka	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00	1,30	1,30
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
cibuľa	0,50	0,42	0,80	0,68	1,00	0,85	1,00	0,85
horčica	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30
jogurt biely	3,50	3,50	4,50	4,50	5,50	5,00	6,50	6,50
horčica	0,20	0,20	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
cibuľa	0,40	0,34	0,60	0,51	0,70	0,60	0,80	0,68
cesnak	0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13
cukor kryštálový	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
citróny	0,20	0,08	0,30	0,10	0,40	0,13	0,40	0,13
soľ	0,05	0,05	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10
hmotnosť porcie v g	100		130		160		170	
hmotnosť pagáčika v g	60		75		90		100	
hmotnosť omáčky v g	40		55		70		70	

Výrobný postup

Vcelku umyté mäso jemne pomelieme, pridáme strúhanku navlhčenú mliekom, smotanu, vajcia, očistenú pokrájanú a na masle opráženú cibuľu, horčicu a soľ. Masu dobre vymiešame, tvoríme ploché pagáčiky, ktoré dáme do vymasteného pekáča a upečieme.
Jogurtová omáčka: jogurt vyšľaháme s horčicou, dochutíme očistenou, jemne nakrájanou cibuľou, očisteným, prelisovaným cesnakom, cukrom, citrónovou šťavou a soľou.
Podávame poliate jogurtovou omáčkou a zemiakmi.

Nutričná hodnota 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota	bielkoviny	tuky	kyselina linolová		vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
									A	B_1	B_2	C	E

	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	786	189	11,60	11,0	1,8	10,1	0,5	71,5	1,3	0,023	0,2	0,2	2,1	2,1
B	1043	250	14,18	15,1	3,1	13,5	0,7	92,7	1,6	0,028	0,2	0,2	2,9	2,8
C	1288	309	16,63	19,1	4,3	16,6	0,9	109,1	2,0	0,034	0,3	0,3	3,5	3,4
D	1541	370	19,64	22,6	5,5	20,6	1,0	132,8	2,3	0,041	0,3	0,3	3,9	3,8